



2026. június 26.

Összefoglaló a VSZ június 6-i üléséről

1. Szolgáltattevők beszámolói. A beszámolókat a Testület elfogadta. (Az archívumhoz célzott témában hozzáférés az archívumfelelőstől kérhető.)
2. Testület – Egyesület – Konferencia Az Egyesület terveivel ellentétben nem tartotta meg éves (idén tisztújító) Közgyűlését, így az újonnan megválasztandó elnök nem tudott részt venni. Az Egyesület jelenleg véleményt nyilvánító tagjai vitatják a Testület eljárásait. Az ügyet a júliusi Küldöttgyűlés (Konferencia) elé visszük.
3. Irodabérlés vagy felújítás Pénzügyi helyzetünket felmérve a Testület elvetette másik iroda bérlését. Továbbra is a jelenlegi helyszínt kívánjuk igénybe venni. Arról született döntés, hogy a felújítás mértékére, irányára vonatkozóan további egyeztetésre van szükség a tulajdonos Hársfa Alapítvánnyal.
4. Csakamainap „ügy”: A kezdeményező kérésének megfelelően a júliusi Küldöttgyűlésen (Konferencia) napirendi pont lesz a téma. A csoportok előzetes írásbeli tájékoztatót kapnak. E témában vita és szavazás nem lesz.
5. Országos Találkozók: A 2026-os Pápa célegyenesben, a pénzügynek részletes kimutatást küldtek. Kisebb korrekciók (szállással kapcsolatban) történtek.
6. 2027-es Találkozó: A szervező csoportok részletes bemutatkozást, pályázatot küldtek. Köszönettel vettük. A júliusi Konferencia előtt a csoportoknak elküldjük.
7. 2028-ra tervezett 40 éves jubileumi Találkozó: A szervezők a Budapesti helyszínre keresnek javaslatot, kérik szervezésben jártas társak (országos szinten) jelentkezését, a Testület aktív részvételét.
8. Szolgálati Kézikönyv javítása: Elkészült egy javaslat az online működéssel kapcsolatban. Új előszó, néhány módosítás a Küldöttgyűlés és Választmányi Szolgálat kapcsán. Új alpontok a nemzetközi küldött és nemzetközi konferenciák kapcsán. Testületi tag társaink további javításokat ígértek. A többféle irányú javaslat miatt szükség lenne koordinálásra. E nélkül a júliusi Küldöttgyűlésre csak részletek lesznek bemutatathatók, szavazásra készek.
9. A júliusi (18.) Konferencia előkészítése Két héten belül aktuális a Konferencia anyagok eljuttatása a csoportokhoz. Konferencia levezető: Izabella

10. Következő Testületi ülés: július 4. 11:00, Rózsafa utca 4. Levezető: Dezső
A teljes jegyzőkönyvet az irodaszolgalat@anonimalkoholistak.hu címen
kérhetitek.

A Szolgálati Testület munkájának segítésére keresünk társakat.

Kedves Társaink!

A Szolgálati Testület (VSz) munkájának segítésére keresünk együttműködő
társakat.

A havonta csoportoknak küldött **Hírlevél szerkesztéséhez, cikkek
írásához** várunk jelentkezőket. Küldd el írásodat felépülési tapasztalatodról! Hol
tartasz a Hagyományok megértésében? Írd le honi csoportod történetét! Írj
találkozó élményeidről! Ha külföldön utaztál, nyaraltál, számolj be ottani AA-s
tapasztalatokról!

Továbbra is várjuk az **AA Grapevine** havi cikkeinek fordításához együttműködő
társak jelentkezését.

A **Konferencia** előkészítéséhez, lebonyolításához (titkár) keresünk társakat:
jelenléti ív (regisztráció), csengő, 7. Hagyomány gyűjtődoboz/kosár biztosítása,
szükség szerint nyomtatás. A Küldöttgyűlés programjához prezentáció
elkészítése (tartalmat adjuk) és helyszíni kezelése. Szükség szerint a
Konferencián: részvétel a regisztrációnál (aláíratni az íveket, szavazó kártyák
kiosztása), szavazat számolás. A 7. Hagyományba befolyt összeg
megszámolása, befizetése a 7. Hagyomány számlára. Szolgálati Testületi
tagsággal nem járó háttérszolgálat! Többfelé osztható feladatok.

A.A. 40. projekt

2028-ban 40 éves lesz a magyar AA Közösség. Már előzően felmerült ennek
méltó megünneplése egy Budapesten tartandó Találkozó keretében. Úgy véljük,
hogy ennek országos szervezésben lenne jó nekifogni. Keressük azokat a
csoportokat, ahol van szervezői tapasztalat! Keresünk olyan társakat, akik a
teljes projekt menedzselését "főszervezőként" (2 fő) vállalják.

Budapesti helyismeretekkel rendelkező társakat, akik egy 1000-1500 fős
rendezvényre tudnak terem javaslatot tenni. Olyan kapcsolatokkal rendelkezőket
is keresünk, akik a tárgyalások elindításában segítenek.

A továbbiakhoz is kérünk töletek segítséget, de még nem tartunk például az
étkezések kérdésénél.

Öleléssel!

Sándor

Irodaszolgálat

(A.A. Office Services)

Boldog apák napját!?

Elszakították a családjától, az apja nemrég halt meg, két hónapja volt józan, és egyedül élt. Miért lenne boldog?

1990 májusában apám váratlanul elhunyt. 77 éves volt, én pedig 38, és körülbelül két hónapja voltam józan. Amikor a következő hónapban eljött az apák napja, nagyon nehezen viseltem. Egyedül éltem, elválva a hamarosan ex-feleségemtől és két mostohafiamtól, és mérföldekre a többi családtagomtól. Nagyon sajnáltam magamat.

Miután telefonon összevesztem a volt feleségemmel a meg nem kapott apák napi képeslapok miatt, végül felhívtam a szponzoromat. Artnak hívták. Türelmesen meghallgatta a bánatos történetemet, majd csendesen együtt érzett a helyzetemmel.

„Megértem, hogy érzel.” – mondta. „Nincs veled az apád és a fiaid, és apák napja van.” Aztán pár másodperc múlva hozzátette: „De valószínűleg nem te vagy az egyetlen, aki ma így érzi magát, igaz? Mi lenne, ha lemennél a józanok klubházába? Általában éjjel-nappal nyitva van. Az újonnan józanok ott lógnak. Talán találsz ott egy másik apát, akinek nincsenek gyerekei, vagy egy fiút, aki hiányolja az apját. Vagy talán találsz egy fickót, aki ma még nem evett. Kínáld meg egy hamburgerrel.”

Egy percig fontolgattam a javaslatát. „Valószínűleg jobban fogom érezni magam.” – ismertem be.

„És próbáld meg emlékezni” – mondta Art –, „hogy amikor rosszul érzed magad, ahelyett, hogy olyasvalakit keresnél, akinek megvan, amire szükséged van, keress olyasvalakit, akinek szüksége van arra, amid van, valamire, amit odaadhatsz.” Art várt néhány percet, hogy ez leülepedjen bennem, majd hozzátette: „Ez mindig segít majd abban, hogy jobban érezd magad.”

Rájöttem, hogy Artnak igaza volt. Egy évvel később, apák napján egy déli találkozón felhívtak, és elmeséltem ezt a történetet a csoportnak. Utána egy fáradtnak tűnő férfi odajött hozzám, és megköszönte. Hiányzott néhány foga. „Ettől már ma?” – kérdeztem tőle. Azt mondta, nem, így elmentünk egy hamburgerezőbe. És egy hamburger és sült krumpli árért meghallgathattam, mennyivel rosszabb lehetett volna az életem, ha tovább haladtam volna azon az úton, amin eddig jártam.

Azóta sok év telt el, és az életem mérhetetlenül jobb lett. De rájöttem, hogy a világon sok az apa nélkül felnövő fiú, vagy egyszerűen csak olyan ember, aki szenved, és reméli, hogy valaki meghallgatja és törődik vele. Tehát ha te is olyan fiú vagy, akinek ma hiányzik az apja, vagy olyan apa, akinek hiányoznak a gyerekei, akkor ezt az ajándékot ugyanolyan szabadon adom át neked, ahogyan Art adta nekem. Megértem, ahogy érzel, mert én is éreztem már így. Segít; tényleg segít.

Országos Találkozó Pápa

2026.07.10-12.

"Megtanuljuk, hogy ösztöneink kielégítése nem lehet életünk egyetlen célja és értelme.....Igazi esélyünk csak akkor lehet, ha készek vagyunk a lelki fejlődést mindennek fölé helyezni".
12 Lépés, 12 Hagyomány 116. oldal



Szállás: Korlátozott számban a Türr kollégiumban (3 ágyas szobák, folyosói közös fürdőhasználat 4800.-/fő/éj + IFA). Szállás foglalás az otszallas@pannonaa.hu email címen.

Étkezés: A találkozó ideje alatt büfé sátor működik. Kínálatukból: kávé, frissítők, hideg és meleg szendvicsek, egytálétel, édes és sós finomságok.

Közel éttermeket és szállásokat a QR kód beolvasásával találisz.



A TALÁLKOZÓ HELYSZÍNE:

PETŐFI SÁNDOR GIMNÁZIUM

8500 PÁPA, VÁRKERT UTCA 6.

ÁLTALÁNOS INFORMÁCIÓK

Email: talalkozo@pannonaa.hu

Regisztrációs díj: 4000,- Ft
Terápiáról érkezőknek : 2000,- Ft

**ANONIM ALKOHOLISTÁK
MAGYARORSZÁGI
KÖZÖSSÉGÉNEK ORSZÁGOS
TALÁLKOZÓJA**

2026. JÚLIUS 10-12.



TEMATIKA		AULA	ELŐADÓ MŰHELYGYŰLÉSEK	TÁRSCSOPORTOK
PÉNTEK				
14:00-től	REGISZTRÁCIÓ A BEJÁRATNÁL	FOLYAMATOSAN		Az AL-ANON a gimnázium melletti sportcsarnokban tartja éves találkozóját.
16:00-17:00	Tervezés, Képességeim reális ismerete			
19:00-20:00	Életünk minden megnyilvánulásában I. Egészség		17:15-18:45 Csoportleltár 1,2,3	
SZOMBAT				
08:00- től	REGISZTRÁCIÓ A BEJÁRATNÁL	FOLYAMATOSAN		ACA, NICA, OA, WA, RCA csoportok időpontjai a kifüggesztett faliújság szerinti időpontokban kerülnek levezetésre. Más 12 lépéses csoportokat is szeretettel várunk.
09:00-09:20	MEGNYITÓ		11:15-12:45 Csoportleltár 4,5,6	
09:30-11:00	Életünk minden megnyilvánulásában II. Párkapcsolat		AA BARÁTAI Meghívott előadók	
12:45-14:00	EBÉDSZÜNET			
14:15-15:45	Életünk minden megnyilvánulásában III. Spirituális elköteleződés			
17:45-19:15	Életünk minden megnyilvánulásában IV. Anyagiakhoz való viszonyom	16:00-17:30	Csoportleltár 7,8,9	
20:30- től	ÜZENETÁTADÁS: BULIZÁS JÓZANUL... :-)			
VASÁRNAP				
09:00-10:00	Életünk minden megnyilvánulásában V. Emberi kapcsolatok			Csoportleltár 10,11,12
12:00-13:00	Leltár	10:15-11:45		

Esemény

Ha találkozót, egyéb eseményt szerveztek, érdemes megnézni az Eseménynaptárt, nem tervezett-e már egy másik csoport ugyanarra a napra eseményt.

<https://anonimalkoholistak.hu/tagoknak/esemenyek/>

Az AI-Anon kérése

Kedves Csoportok, kedves Társaim!

Az AI-Anon azzal a kéréssel keresett meg bennünket, hogy *szeretnék eljuttatni az AI-Anon üzenetét minél szélesebb körben a még szenvedő hozzátartozókhoz, és örülnének, ha ebben segítséget tudnátok nyújtani nekik saját tapasztalataikkal, kapcsolatrendszeretekkel.*

Szeretnék felvenni a kapcsolatot azon intézményekkel, akik együttműködnek az AA-val, kérve őket, hogy az AI-Anont is tanácsolják az érintetteknek.

Kérlek benneteket, írjátok meg, egy **levélben**

(nyilvanosság@anonimalkoholistak.hu) hova jártok üzenetátadásra, **kivel** vagytok kapcsolatban (annak **elérhetőségét**), ha eddig ez nem volt meg, kérdeztek rá, kinek lehetne levelet írni ez ügyben, hogy az AI-Anon fel tudja venni velük a kapcsolatot. A leveleiteket összesítem, és továbbítom az A-Anon szolgálattevőjének.

Az AI-Anonnak ez a szolgálata az A.A. üzenetének továbbításában is nagy segítség lenne, működjünk együtt:

"Az A.A. program akkor működik, ha az aktív alkoholistanak segítségre van szüksége, és egy A.A. tag készen áll arra, hogy segítséget nyújtson. De valahol a háttérben valószínűleg egy munkáltató, egy orvos, egy alkoholizmus ellenes hivatal vagy intézmény, vagy egy rokon segített valaki, aki hallott az A.A.-ról és arról, hogyan találhat meg minket."

Néha időbe telik

AA Grapevine

2026. június | FIATALOK ÉS JÓZANOK | 6. LÉPÉS

Húha, a Hatodik Lépésre vonatkozó útmutatás végig ott volt a Nagykönyvben. Társunk most már csak a következő felismerésre vár.

Sok éven át nem éreztem magam komfortosan a Hatodik Lépéssel kapcsolatban. Amikor először foglalkoztam vele, a szponzorom csak annyit mondott: „Ne feledd, ott az áll, hogy teljességgel készen álltunk.” Ez a tanács nem sokat segített. Egyértelmű útmutatást kerestem. Az én egyszerű kis agyammal arra a következtetésre jutottam, hogy az első öt Lépés teljesen felkészített, ezért továbbléptem a Hetedik Lépésre.

Nos, ez nem működött. Visszatértem a Hatodik Lépéshez. Hosszú ideig mindenfelé keresgéltem, hogy többet megtudjak erről a Lépésről. Évekig jártam Nagykönyv- és „Tizenkettő és Tizenkettő” gyűlésekre, de soha nem jutottam el a Hatodik Lépés olyan megértéséhez, amellyel elégedett lettem volna. Még a Drop the Rock című könyvet is elolvastam, amely a Hatodik és Hetedik Lépésről szól, de ettől csak még jobban összezavarodtam.

Végül a szponzorom rámutatott a Nagykönyvben található egyértelmű útmutatásra a Hatodik Lépéssel kapcsolatban. Nem értettem meg rögtön, de néhány héttel később – amikor éppen egy olyan gyűlésre tartottam, ahol történetesen a Hatodik Lépésről olvastunk – hirtelen megvilágosodtam. Amire a szponzorom utalt, az a Nagykönyv Akcióba lépünk című fejezetének az a része volt, amely így kezdődik: „Hazatérve keresünk egy helyet, ahol egy órán át csendben lehetünk...” És ott voltak azok az útmutatások, amelyeket olyan régóta kerestem.

A Nagykönyv azt mondja, hogy tekintsem át, amit az Ötödik Lépésben éppen elvégeztem. Ezután adjak hálát Istennek azért, hogy ennek eredményeként jobban megismertem Őt. Majd nyissam ki a Nagykönyvet, és lapozzak ahhoz az oldalhoz a Hogyan működik? fejezetben, ahol a Tizenkét Lépés szerepel.

Gondosan olvassam át az első öt Lépést, és kérdezzem meg magamtól, hogy kihagytam-e bármit. A szöveg ezután egy csodálatos hasonlattal él: egy boltívet építünk, amelyen keresztül a szabadság felé haladunk. Arra kapunk útmutatást, hogy kérdezzük meg magunktól, nem hagytunk-e ki valamit, vagy nem próbáltunk-e „homok nélkül habarcsot készíteni”. Ha az első öt Lépést megfelelően elvégeztem, akkor tekintsek a Hatodik Lépésre. Kérdezzem meg magamtól, hogy hajlandó vagyok-e megengedni Istennek, hogy eltávolítsa minden jellemhibámat. Ha igen, akkor továbbléphetek a Hetedik Lépéshez, amely egyszerűen azt kéri, hogy mondjam el a Hetedik Lépés imáját. Ha még nem állok teljességgel készen erre, akkor imádkozhatok a hajlandóságért addig, amíg készen nem állok a Hetedik Lépésre.

Másnap a csendes elmélkedésem során végrehajtottam ezeket az útmutatásokat. Tizennyolc év után először éreztem magam valóban otthonosan a Hatodik és Hetedik Lépéssel kapcsolatban.

Húha. Most már megértem, hogy a folyamat valóban ilyen egyszerű, mert a nehéz munka egészét Isten végzi el. Igen, a válaszok valóban ott vannak a Nagykönyvben. De néha nagyon hosszú időbe telik, mire észreveszem őket!

Ezért is szeretem az AA-t. Kíváncsi vagyok, vajon mikor érkezik a következő felismerés.

Írta: Mike W. | Spring Hill, Florida

Copyright ©The AA Grapevine, Inc. (2026. június).

Zöld Kártya

Felelős	Szolgálat	Elérhetőség	Lejárát
V. Sándor (Sásd)	Irodaszolgálat	irodaszolgalat@anonimalkoholistak.hu +36302442600	2028-02-01
S. Dezső (Dombóvár)	Csoportközi Kapcsolatok	kapcsolat@anonimalkoholistak.hu +36702445489	2027-07-01
T. Izabella (Budapest)	Telefon szolgálat	telefonszolgalat@anonimalkoholistak.hu +36703980224	2028-03-01
P. István (Cegléd)	Üzenet átadás	intezmenyi-kapcsolatok@anonimalkoholistak.hu +36703698541	2027-01-01
P. Andor (Kecskemét)	Pénzügyi szolgálat	penzugy@anonimalkoholistak.hu +36306763398	2027-01-01
H. Zsolt (Sopron)	Irodalom szolgálat	irodalom-ertesites@anonimalkoholistak.hu +36702984982	2027-05-01
S. Feri (Érd)	Médiaszolgálat	nyilvanossag@anonimalkoholistak.hu +36202367766	2027-07-01
Sz. Berci (Pécs)	Archívum szolgálat	archivum@anonimalkoholistak.hu +36301311882	2027-07-01
B. Kinga (Budapest)	Nemzetközi kapcsolattartó	contact@anonimalkoholistak.hu +36208084674	2028-04-01
Á. Sándor (Kaposvár)	Nemzetközi Küldött	int-delegate@anonimalkoholistak.hu +36703602785	2027-01-01
B. Kinga (Budapest)	Ideiglenes Nemzetközi Küldött helyettes	alt-int-delegate@anonimalkoholistak.hu +36208084674	
S. Judit (Budapest)	Fordító szolgálat	shirley.solti@gmail.com	
K. Csaba (Érd)	Honlap szolgálat	Weboldal@anonimalkoholistak.hu	
Betöltetlen/ ideiglenes	Jegyzőkönyv vezetés	aajegyzokonyv@gmail.com	

A friss Zöld Kártyát [itt](#) találjátok meg a honlapon.

Vékony jég

AA Grapevine

2026. június | FIATALOK ÉS JÓZANOK | NAGY ÖREGEK

Isten kegyelméből 32 évvel ezelőtt józanodtam ki Minnesotában. Józanságom első hónapjai az északi tél leghidegebb és legsötétebb időszakára estek. Amikor újonnan érkeztem az AA-ba, sokakhoz hasonlóan én sem tudtam elképzelni, felfogni sem, hogy valaki 10, 20 vagy akár 32 évig ne igyon! Sokkal inkább csodáltam azokat, akik a 30 vagy 60 napos érméjüket vették át. Hogy tudják ezt

megcsinálni? Nekem minden egyes nap innom kellett, és amikor megpróbáltam abbahagyni, egyszerűen nem sikerült. Azok a harmincnapos józanok reményt adtak, hogy talán, csak talán, nekem is sikerülhet abbahagynom.

Nálunk északon ilyenkor az emberek rámennek a befagyott tavakra és folyókra horgászni vagy korcsolyázni. Józanságom első napjaiban, heteiben és hónapjaiban úgy éreztem magam, mintha bizonytalanul, óvatosan és lassan lépkednék a vékony jégen. Amikor jégen jár az ember, soha nem tud teljesen ellazulni. Kevés a bizalom. Minden lépésnél figyeli vagy hallgatja, nem reped-e meg a felszín, és állandóan ott motoszkál benne a félelem, hogy a jeges vízben találja magát, ahonnan talán soha nem tud majd kimászni.

Ugyanígy nekem sem volt semmi bizalmam abban, hogy nem fogok újra inni. De ahogy gyűlésekre jártam, utána beszélgettem a társaimmal, olvastam a Nagykönyvet, elkezdtem dolgozni a Lépéseken, és szponzort kerestem, lassan megnyugodtam. Könnyebben vettem a levegőt, és kezdtem elhinni, hogy tovább tudok haladni. Elkezdtem hinni abban, hogy ez a jég megtart, mert láttam, hogy másokat is megtartott előttem. Én egyszerűen csak követtem őket.

Most, több évtizednyi józansággal a hátam mögött, a jég már elég vastagnak tűnik. De időnként látom, hogy olyan emberek, akik már két számjegyű józansággal rendelkeznek, beleesnek a jég réseibe, vagy valahogyan áttörik a jeget, és újra inni kezdenek. Én magam is közel kerültem ehhez a józanságom „kamaszéveiben”.

Mint mindenki, aki télen egy befagyott tavon jár, nekem is mindig óvatosnak kell lennem, és emlékeznem kell arra, hogy a hideg víz még mindig ott van a lábam alatt. Soha nem felejtettem el, hogy olyan betegségem van, amely ma is a mélybe akar húzni.

Ezért maradok nagyon közel a programhoz és a többi alkoholistához, hogy soha ne szakadjon be alattam a jég.

És abban is reménykedem, hogy talán valaki figyeli, hogyan és merre haladok, és követni fog, vagy velem együtt kitartóan végigjárja ezt az utat, amely sorsunk örömteli beteljesedéséhez vezet.

Írta: G. W. | West Bend, Wisconsin

Copyright ©The AA Grapevine, Inc. (2026. június).

Engedéllyel újra közölve.

Mindenki a fedélzetre

AA Grapevine

2026. június | FIATAL ÉS JÓZAN | HÁLA

Egy régi tag visszaemlékszik arra az időszakra, amikor négy hónapja volt józan, és az AA mentette meg egy karib-tengeri körutazáson

Ott álltam, 48 évesen, négy hónapja józanul, és készen arra, hogy meghódítsam a világot. 20 évnyi éjszakai ivászat után most eljártam azokra az

átkozott AA-találkozókra (ők „90 a 90-ben” programnak hívták), és végre kaptam egy támogatót is. Most már nagyon szükségem volt egy nyaralásra. Végül is ez volt a jutalmam ezért a csodálatos teljesítményért.

Egy dolog biztos volt: tudtam, hogy valójában nem vagyok alkoholista. Csak meg kellett tanulnom, hogyan kell úriemberként inni. A célom az volt, hogy kontrolláljam az ivásomat. Nem voltam olyan, mint a többi alkoholista. Nem jártam rehabon, nem ültem börtönben, nem kaptam ittas vezetésért büntetést, és nem voltam elvonón sem. Vezető szerepet töltöttem be a közösségemben.

Nem láttad a postakódot, hol laktam? Ráadásul most már abbahagytam az ivást. Megvan!

Íme tehát a „zseniális” nyaralási ötletem. Egy luxus karib-tengeri körutazás – pontosan erre volt szükségem négy hónapos józanság után. Úszómedence, éjszakai klubok, kaszinó, remek ételek, új emberekkel való ismerkedés. Semmi gond, meg tudom oldani.

„*Ne menj be az oroszlán barlangjába, hacsak nem vagy oroszlánidomár*” – mondták a fiúk az AA-ban. „*Lehet, hogy nem jó ötlet*” – mondták mindannyian.

De én jobban tudtam. Nem vagyok olyan rossz, mint ők voltak. Így hát elindultunk a feleségemmel, készen arra, hogy életünk legjobb időszaka legyen.

Az első nyaralásom gyógyult alkoholistaként!

Az utazás nagyon jól indult; legalábbis az első nap. A második napon a medence mellett ültem, és néztem, ahogy mindenki élvezi a gin-tonikját. Semmi gond! Az első ínycucc vacsoránkon azonban azon kaptam magam, hogy a többi párt bámulom, akik vörös- és fehérborukat kortyolgatják, míg én a citromos szóдавizemet „*élvezem*”.

Az első két napom rendben volt, azt hiszem. Meg fogom csinálni. Már csak egy hét van hátra. Elolvasom az összes AA-irodalmat, amit magammal hoztam. Ez 1990-ben volt, a mobiltelefonok, az internet és az online találkozók előtti időkben. Akkoriban nagyon nehéz volt hazatelefonálni. De észrevettem, hogy a harmadik napra az egész hozzáállásom kezdett megváltozni. Az a pohár ital a medence mellett egyre vonzóbbnak tűnt. Egy pohár bor a vacsorához egyértelmű lehetőség lett. Egy ital a délutáni sütemények mellé is megfordult a fejemben. Végül is otthon senki sem tudná meg.

Hiszel egy Felsőbb Erőben? Én nem, az biztos. A harmadik nap reggelén a kabinunk ajtaja alatt becsúszott egy kinyomtatott lap a hajón zajló napi programmal. Hű, amit csak el lehet képzelni, az mind megvolt. Golfórák és egy remek kirándulás egy mesés karibi szigetre ingyenes rummal és kólával – pont az, amire nem volt szükségem. Aztán hirtelen ott volt, elrejtve alul, apró betűkkel: délután 5 órakor az elülső fedélzeten (bármilyen is volt az) egy „Bill barátai” találkozó volt. Hű! Az egyetlen problémám az volt, hogy mi a fene az az elülső fedélzet?

Valahogy csodával határos módon megtaláltam az AA-találkozót. De ki lehet ott? Talán egy-két lúzer? Meglepetésemre beléptem, és ott voltak, körben ülve, 10 „Bill barátai” tag az ország és a világ minden tájáról. Náluk volt a Nagy Könyvük, és ami a legfontosabb, a vágyuk, hogy kinyújtsák a kezüket és segítsenek egy olyan alkoholistának, mint én. És nekem határozottan szükségem volt segítségre.

Mire fogok emlékezni abból a nyaralásból? Biztosan arra, hogy józan maradtam, és a hajóút minden egyes napján részt vettem azon a találkozón.

Emlékezni fogok arra, hogy szeretetteljes AA-bólintást intettem azoknak a csodálatos AA-tagoknak, akiket most már ismertem, amikor elhaladtam mellettük a medence mellett. Nem volt gin-tonik a kezükben – és az enyémben sem. Bementem vacsorázni, és kacsintottam, amikor elhaladtam egyikük mellett az asztalunk felé tartva, tudva, hogy a bor egyikünk számára sem jöhetett szóba. De leginkább arra az 5 órai AA-találkozóra fogok emlékezni, amikor megérkezett a torta, gyertyákkal és minden mással, miközben az egyik utas AA-évfordulóját ünnepeltük, pont úgy, ahogy otthon szoktuk!

Még mindig megdöbben, milyen közel álltam ahhoz, hogy azt mondjam: „Szia, Steve vagyok, és egy napos vagyok.” Milyen közel álltam a visszaeséshez.

Most 32 év telt el, és 81 éves vagyok. Még mindig józan vagyok, és még mindig mindent megteszek, hogy segítek más beteg és szenvedő alkoholistáknak megtalálni azt a józan életet, amelyet nekem is ingyen adtak – egy-egy fedélzeti találkozó alkalmával!

Írta: Steve | Nashville, Tennessee

Copyright ©The AA Grapevine, Inc. (2026. június).

Engedéllyel újra közölve.

A legfrissebb szpíker lista

Leginkább a frissen alakult, kislétszámú csoportok vehetik hasznát a gyűléseikhez a szpíker listának, amelyről a bevezetőik megszervezéséhez előadókat választhatnak különböző témákban, de minden csoport számára hasznos lehet.

[Szpíker lista letöltése](#)

Tapasztaltabb társak az alábbi linken jelentkezhetnek erre a szolgálatra.

JELENTKEZEM

Az Anonim Alkoholisták Választmányi Szolgálatának hírlevele

This email was sent to {{ contact.EMAIL }}

[Unsubscribe](#)

